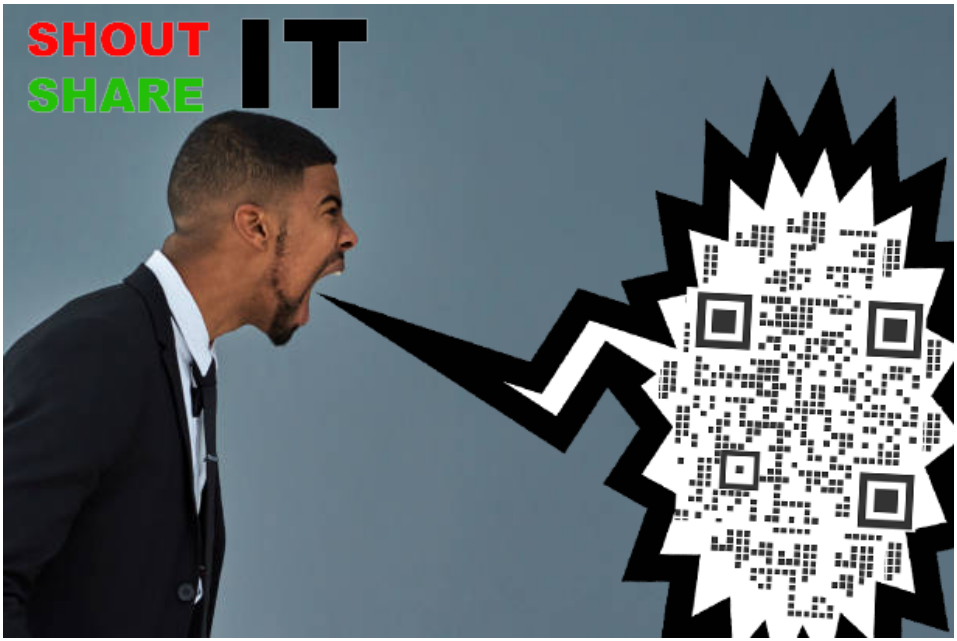
Капуста, картошка, лук

О А Тушнова


SHOUT
SHARE
IT

- Тушнова О А

Тушнова О А
Капуста, картошка, лук

О.А.ТУШНОВА
КАПУСТА,
КАРТОШКА,
ЛУК...

Предлагаем познакомиться с рецептами блюд из традиционных овощей, которые помогут сделать ваш стол более разнообразным осенью и зимой.

Запеченная капуста. На 4 - 6 порций: 1 кочан капусты массой примерно 1,2 кг, 2 больших яблока, 00 г изюма без косточек, 1 большая луковица, 00 г сливочного масла.

Для приготовления этого блюда лучше всего использовать белокочанную капусту.

Топко нашинкуйте капусту и нарежьте топкими ломтиками очищенные яблоки с удаленной сердцевиной. Разрежьте луковицу на топкие колечки и смешайте яблоки и лук с капустой, добавляя в смесь изюм. Уложите все полученное в металлическую кастрюлю, хорошо смазанную маслом, добавьте две столовые ложки воды и поставьте в духовку на 1,5 - 2 часа при температуре около 150° С. Кастрюлю необходимо плотно закрыть. Когда капуста станет совсем мягкой, крышку можно спять и подрумянить блюдо в течение 15 минут перед подачей на стол.

Цветная капуста с сыром. На 4 - 6 порций: 1 плотная головка цветной капусты, 30 г сыра, 60 г тертых сухарей, 450 г сырного соуса.

Положите головку капусты в кипящую подсоленную воду так, чтобы она закрывала капусту наполовину. Закройте посуду крышкой и варите 20 - 30 минут в зависимости от размера головки, но не разварите капусту. А пока она варится, приготовьте сырный соус, для которого требуется 30 г сливочного масла, 30 г муки, 300 г молока, 60 г тертого сыра, соль и перец по вкусу.

Осторожно нагрейте половину тертого сыра с маслом, не допуская его прилипания и затвердения. При постоянном помешивании добавьте муку, влейте молоко и положите оставшийся сыр. Доведите смесь до кипения и кипятите 3 4 минуты, непрерывно помешивая соус. Затем обильно посыпьте перцем, посолите, и соус готов!

Положите разделенную на соцветия капусту в смазанную маслом металлическую кастрюлю и залейте капусту горячим

соусом. Посыпьте капусту тертым сыром и сухарями, положите на нее маленькие кусочки масла, подрумяньте в духовке и подавайте на стол.

При необходимости готовое блюдо можно сохранять горячим в чуть теплой духовке в течение 30 минут, только нужно следить, чтобы капуста не кипела.

Цветная капуста, жаренная в тесте. На 4 - 6 порций: 1 головка цветной капусты, отваренная в течение 10 минут и разделенная на соцветия, 300 г жидкого теста, растительное масло.

После того как стечет вода, обмакните каждое соцветие в тесто и положите в сковороду с сильно разогретым маслом. Жарьте не более двух минут, до тех пор пока тесто не станет золотистым и хрустящим. Слой масла должен быть не тоньше 1 см. Готовые соцветия выньте и дайте стечь маслу.

Разрезанную на четыре части луковицу разделите на листочки, окупите в тесто и поджарьте аналогичным образом, но чуть дольше, так как лук сырой.

Это блюдо можно подать на ужин с сосисками.

Жидкое тесто можно использовать для приготовления жареной рыбы, мяса пли овощей. Жарить лучше всего на растительном масле, но пригоден и любой другой жир.

Для приготовления жидкого теста необходимо 120 г муки, 1 яйцо, щепотка соли, 30 г растопленного масла, 150 г молока или смеси молока с водой.

Неразбавленное молоко дает довольно плотное тесто; молоко пополам с водой - тесто с хрустящей корочкой снаружи и мягкое внутри; вода хрустящее тесто.

Смешайте соль с мукой, добавьте яйцо и взбейте до получения однородной смеси. Влейте масло. Продолжая взбивать, постепенно добавьте молоко или воду. Взбивайте до тех пор, пока тесто не покроется пузырьками воздуха.

Готовое тесто должно ровным слоем покрывать венчик для взбивапия. Взбивать тесто можно также с помощью миксера. Запеченный картофель с сыром. На 4 порции: 1 кг картофеля, 90 г тертого сыра, 1 яйцо, 300 г молока, соль ц перец но вкусу, немного сливочного масла.

Очищенные клубни картофеля нарежьте тонкими кружочками и посыпьте их солью и перцем. В хорошо смазанную маслом неглубокую посуду уложите тонким слоем ломтики картофеля, посыпьте их сыром и закройте следующим слоем ломтиков. После заполнения посуды смешайте молоко с яйцом и залейте уложенный слоями картофель. Положите сверху сливочное масло плотно закроите посуду и готовьте в духовке при температуре около 180° С в течение 40 минут.

Запеченный картофель. На 4 порции: 1 кг картофеля, 150 г молока, 60 г сливочного масла перец и соль.

Разрежьте очищенные клубни на тонкие ломтики. Смажьте маслом неглубокую посуду, аккуратно уложите в нее ломтики и посыпьте нх солью и перцем. Залейте картофель молоком так чтобы оно немного не доходило до верха уложенного в посуду картофеля. Положите на поверх иость комочек масла и закроит ее фольгой. Запекайте в духовке при температуре около 180° С в течение 35 минут. Потом снимите фольгу и подрумяньте картофель в течение 10 минут.

"Королевский картофель". На 6 порций: 1 кг картофеля, 60 сливочного масла, 150 г молоко 2 яйца.

Отварите очищенные клубни слейте воду, пропустите карп фель через мясорубку пли тщательпо растолките. Масло и молоко нагрейте в сковороде, добавьте картофель и перемешивайте его до тех пор, пока он не станет горячим и не приобретет консистенцию сметаны. Снимите смесь с огня, положите в нее яйца и хорошо взбейте (можно воспользоваться миксером). На смазанный маслом противень выложите полученную смесь, пользуясь столовой ложкой и придавая смеси форму пирамидок. Поместите противень в духовку и запекайте при температуре около 180° С примерно 20 минут или до тех пор, пока пирамидки не приобретут золотистую окраску и хрустящую корочку.

Жареный лук. На каждую порцию: 1 большая луковица, 30 г сливочного масла, немного муки и соли.

Очистив луковицу, отрежьте корпи и верхушку и положите на противень, обильно смазанный маслом. Посыпьте луковицу мукой и солью, положите на каждую луковицу кусочек масла и поставьте запекаться в духовку при температуре около 180°С на 1 - 1,5 часа. Периодически поливайте луковицы соком.

Репа в сырном соусе. На 4 - 6 порций; 12 молодых корнеплодов, 90 г сливочного масла. 30 г муки, 300 г молока, 60 г тертого сыра, 2 столовые ложки тертых сухарей, соль и перец.

Очищенную репу варите в течение 25 минут. Разрежьте отваренную репу на ломтики и уложите их в смазанную маслом посуду. Залейте репу сырным соусом, посыпьте сверху сухарями и положите кусочки масла. Запекайте в духовке при температуре около 200° С до тех пор, пока на поверхности не образуется золотистая хрустящая корочка.